

## 横浜 2月スケジュール

日付				1	2	3	4
曜日	日	月	火	水	木	金	土
15:00~16:30							組
17:10~18:15				K			K
18:30~19:35				E	打 スパークラス	E	
19:50~20:55				打	組 スパークラス	組	
21:10~22:15				組	打	組	
日付	5	6	7	8	9	10	11
曜日	日	月	火	水	木	金	土
15:00~16:30							打
17:10~18:15				K			K
18:30~19:35		ホクシング	打	打	打 スパークラス	E	
19:50~20:55		総	合同スパ-&E	E	組 スパークラス	打	
21:10~22:15		打	組	打	組	打	
日付	12	13	14	15	16	17	18
曜日	日	月	火	水	木	金	土
15:00~16:30							組
17:10~18:15				K			K
18:30~19:35		ホクシング	組	E	打 スパークラス	E	
19:50~20:55		総	合同スパ-&E	打	組 スパークラス	組	
21:10~22:15		組	打	組	打	組	
日付	19	20	21	22	23	24	25
曜日	日	月	火	水	木	金	土
15:00~16:30							打
17:10~18:15	パンクラス			K			K
18:30~19:35	ゲート×2	ホクシング	打	打	打 スパークラス	E	
19:50~20:55	ワンマッチ	打	合同スパ-&E	E	組 スパークラス	打	
21:10~22:15	大会	組	打	組	打	打	
日付	26	27	28	29			
曜日	日	月	火	水	木	金	土
15:00~16:30							
17:10~18:15				K			
18:30~19:35		ホクシング	組	E			
19:50~20:55		総	合同スパ-&E	打			
21:10~22:15		打	打	組			
日付							
曜日	日	月	火	水	木	金	土
15:00~16:30							
17:10~18:15							
18:30~19:35							
19:50~20:55							
21:10~22:15							

●土曜日のキッズコースは17:00~18:30で行います。

※Kはキッズコースです。

●“打”は打撃、“組”は組技、“総”は総合、“E”はエクササイズ・基本中心のクラスです。

※ご不明な点は伊藤までお問い合わせ下さい。

※ITO Lessonは全て基礎クラスとなります。

※平日の三時間目は全て基礎クラスとなります。